

## Philosophische Praxis und Methoden. Liebe zu Weisheit oder „Beratung“?

Die dialogische Form ist eine der ältesten Formen des Philosophierens und zugleich eine Methode, die nun seit etwa 30 Jahren als neues Berufsfeld neben der akademischen Philosophie Anklang findet: Philosophische Praxis oder Philosophische Beratung heißt der noch recht junge Zweig, der mittlerweile auch international unter dem Terminus Philosophical Counselling Verbreitung gefunden hat. Seit der ersten Praxisgründung 1981 sieht sich die philosophische Beratung jedoch damit konfrontiert, nach Außen Annäherungen oder Abgrenzungen zur psychotherapeutischen Beratung und Coaching zu definieren und gleichzeitig intern über die Verwerflichkeit oder Notwendigkeit von Unternehmens- und Politikberatung zu debattieren.

Was die philosophische Praxis letztendlich leisten kann und vor allem will ist derzeit noch ein offenes Feld, die Ansätze divers sind. Stellvertretend sieht der Berufsverband für Philosophische Praxis (BV-PP) die philosophische Praxis allgemein als einen Beratungs- und Bildungsberuf, in dessen Zentrum Begleitung zur Selbstaufklärung steht. Die Denkweise und Werte des Gastes sollen sinngemäß erfahrbar gemacht und expliziert werden – eine Form der Bewusstseinsbildung also. Doch was genau heißt „Bewusstseinsbildung“ in der Praxis, welche Methoden werden angewandt und in welchem Verhältnis stehen Psychotherapie und Philosophische Praxis? Inwiefern gehört eine aktive Stimme im öffentlichen, gesellschaftlichen und politischen Leben zur Praxis eines Philosophen?

### Das sokratische Gespräch

Nach traditionell eurozentristischer Manier beginnt „die Philosophie“ mit Platon und den Vorsokratikern und wird oft Platons Hauptfigur, Sokrates, als älteste Vorbildfigur der Philosophischen Praxis (nach Stavemann<sup>1</sup> übrigens auch der modernen Psychotherapie und Beratung) gesehen. Die sokratische Methode, *Maieutik*, wird als „Hebammenkunst“ bezeichnet und unterstützt im Dialog den Gesprächspartner, seine eigenen Gedanken hervorzubringen, wie eben die Hebamme die Gebärende unterstützt, ihr Kind zur Welt zu bringen. Die *Maieutik* erleichtert den Umgang mit destruktiven mentalen Mustern und falschen Schlussfolgerungen, sie können nach einer eingehenden argumentativen Prüfung entkräftet und durch entsprechend sinnvollere Verhaltensweisen ersetzt werden. Soweit der theoretische Methoden-Grundstein der philosophischen Praxis, der zugegebenermaßen jedoch genauso für

---

<sup>1</sup> Harlich H. Stavemann: Sokratische Gesprächsführung in der Therapie und Beratung. Berlin

Coaching, Supervision und diverse Schulen der Psychotherapie (z.B. klientenzentriert) gilt. Wo liegt daher der Unterschied im Blickwinkel, wenn er nicht in der Methode liegt? Psychotherapie und andere sozial- und pädagogische Berufe beziehen sich zwar auf dieselbe Entität wie die Philosophie, d.h. ein Individuum oder eine Organisation, beide nehmen jedoch verschiedene Betrachtungspositionen ein, die jeweils mit einem anderen Erkenntnisanspruch und Fokus verbunden sind. Der Ausgangspunkt in der Psychotherapie ist das subjektiv erlebte Leid eines Individuums und das daraus resultierende Verhalten des Leidenden. Ziel ist dementsprechend die Aufklärung, Neustrukturierung und Ordnung im individuellen psychischen Haushalt, eine gründliche Selbstreflexion, die den Freundeskreis und das Familienumfeld einschließt. Die Philosophie hingegen setzt eher bei der Relation zur Welt, dem großen Zusammenhang an, um dann die eigene persönliche Konfiguration zu hinterfragen. Philosophische Praxis muss daher qua Disziplin immer schon eine hinterfragende, forschende, dialektische Denkschulung sein, die über die Grenzen des Persönlichen hinausgeht.

## Therapie oder Gespräch?

Während in einem therapeutischen Beziehungskontext entsprechend eines subjektiv erlebten oder sogar diagnostizierten Leides von Patienten oder Klienten die Rede ist, werden in der philosophischen Praxis Gäste oder Besucher empfangen - ergo normativ "gesunde" Menschen, die Rat in der Suche nach Glück, Sinngebung und Integrität in einem weiteren Kontext suchen. Die Philosophie schließt dabei die Lücke eines gesteigerten Bedürfnisses nach Sinndeutung, da viele Verbindlichkeiten und Selbstverständlichkeiten in der Komplexität der modernen Gesellschaft brechen und in vielen Menschen Orientierungslosigkeit verursacht.<sup>2</sup> Doch die Frage nach Sinn und Werten selbst impliziert bereits eine vielleicht subtilere Erfahrung von Sinnlosigkeit und Wert(e)losigkeit - womit die Trennlinie zwischen wieder etwas unscharf wird.

Ein weiteres Detail zu Gesundheit und Krankheit, ergo Therapie oder nicht, ist die Definition der WHO: Sie beschreibt Gesundheit als einen Zustand des „vollkommenen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht allein das Fehlen von Krankheit und Gebrechen“. Damit wird wohl nahezu jeder bewegte Lebensabschnitt mit Höhen und Tiefen pathologisiert und ein Prozess grundsätzlich zur Therapie. Die sich daraus ergebende Frage lautet, ob eine in diesem Sinne nicht-therapeutische Begleitung überhaupt möglich ist.

---

<sup>2</sup> Christiane Pohl: <https://www.zeit.de/2019/24/lebenshilfe-philosophie-beratung-therapie-alltagsprobleme> (21.8.2019)

## Begleitung oder Belehrung?

Auf die Frage, um welches Setting es sich bei einer Philosophische Praxis genau handle, gibt es ebenso viele Antworten wie praktizierende PhilosophInnen. Eine Referenz stellen der Bildungsgang des BV-PP und der Universitätslehrgang "Philosophische Praxis" der Universität Wien dar, jedoch differieren auch hier einige Standpunkte. So steht zum einen die Aussage, Philosophische Praxis sei keine Therapie oder "Lehre", sondern eine Gesprächsform, die zum Weiterdenken anregen soll, gegen den Anspruch, Orientierung in einem Ethik- und Wertesystem bereitzustellen zu können, was den Bezug auf eine Lehre nahelegt. Der Bezug auf eine Lehre findet sich sehr stark in der Philosophische Praxis der Antike, die damals nicht von der akademisch-wissenschaftlichen getrennt war: Hellenistische Schulen, Stoiker, Epikureer, die Platonische und Aristotelische Akademie waren allesamt dogmatisch und vermittelten ihre Theorien über das Universum, Ethik und Werte in Abgrenzung zu allen anderen Systemen. Die Philosophischen Praxis heute ist weitaus offener, jedoch lässt sich eine Färbung und Vorzug bestimmter Denkwege durch den persönlichen Denk- und Bildungsweg des Praktizierenden wohl kaum vermeiden.

Ähnlich wie bei der Therapie ist der Erfolg und Einschlag einer Sitzung von der intersubjektiven Beziehung zwischen Therapeut und Klient bzw. Praktizierendem und Gast ein entscheidender Faktor. Der jeweilige Bezug oder die verwendete Methode ist nie nur neutrale Methode, sondern immer mit einer konkreten Grundhaltung<sup>3</sup> oder Prinzip verknüpft. Auch in der Psychotherapie hat das Menschenbild und die Persönlichkeitstheorie der jeweiligen therapeutischen Schule und Methode einen großen Einfluss auf die Vorgehensweise der TherapeutIn. Wie könnte nun ein Szenario einer Begleitung durch einen Psychotherapeuten, Coach oder Philosophen aussehen? Die Reaktion auf die Frage eines Gastes: „Ich weiß nicht, ob ich mit meinem Partner noch glücklich bin!“ könnte in etwa wie folgt aussehen:

„In welcher Situation haben Sie dieses Gefühl?“

„Was brauchen Sie, um glücklich zu sein?“

„Was bedeutet Glück?“

---

<sup>3</sup> Allein in der Psychotherapie gibt es vier Orientierungen, die jeweils wieder in verschiedene Methoden und Ansätze unterteilt werden können. Die vier Orientierungen sind: Tiefenpsychologisch-psychodynamische Orientierung, Humanistisch-existenzielle Orientierung, Systemische Orientierung, Verhaltenstherapeutische Orientierung. Auch in der Philosophie gibt es zahlreiche Spaltungen, die sich jeweils in ihrer Fragestellung massiv unterscheiden.

Handelt es sich also sowohl bei der Philosophie, als auch der Psychotherapie und Coaching um eine Begleitung? Ja, allerdings ist eine Begleitung auf kognitiv-philosophischer Erkenntnisebene, die eine Distanz zu sich selbst braucht, nicht identisch mit der Begleitung einer Person auf empathisch emotional-psychologischer Ebene, die eher eine subjektive Erkenntnisebene anstrebt.

### (Aus-)Bildung und Praxis in der Philosophie

„Das philosophische Gespräch ist keine Lebensberatung, keine Psychotherapie, keine Mediation und keine Gruppendynamik - doch alle diese Kulturtechniken haben von der Philosophie gelernt und umgekehrt diese befruchtet. Ziel dieser Gespräche ist es, zum Weiterdenken anzuregen. Je mehr offene Fragen man aus dem Gespräch mitnimmt, umso besser.“<sup>4</sup> Philosophie drückt sich in der Praxis und im Dialog als philo-sophia, Liebe zur Weisheit, aus und möchte eben diese im Gegenüber im Sinne einer Erkenntnisweise erwecken. Dieser Anspruch geht über rein inhaltlich-kognitives Wissen hinaus und verlangt komplexes, prozessuales und intuitives Erfassen. Das allgemeine Ziel philosophischer Beratung lässt sich als der Versuch einer Bewegung vom Wissen zu Weisheit, Bildung und Selbstbildung<sup>5</sup> formulieren - ein Entwicklungsziel, das für Berater und Klienten in gleicher Weise gilt. Der BV-PP verweist im Curriculum zum Bildungsgang Philosophische Praxis mehrfach auf das Bildungsverständnis des BV-PP hin, demnach ist „Bildung etwas, das Menschen mit sich und für sich machen: Man bildet sich. Ausbilden können uns andere, bilden kann sich jeder nur selbst. [...] Sich zu bilden ist tatsächlich etwas ganz anderes als ausgebildet zu werden. Eine Ausbildung durchlaufen wir mit dem Ziel, etwas zu können. Wenn wir uns dagegen bilden, arbeiten wir daran, etwas zu werden – wir streben danach, auf eine bestimmte Art und Weise in der Welt zu sein.“<sup>6</sup> Dies bringt die Auffassungen von Philosophie als Charakterbildung und als Versuch, Gedanken zu entwickeln, die im Leben hilfreich sind, zur Geltung. Hier liegt wohl die größte Abgrenzung zur akademischen Philosophie, in der die StudentInnen hauptsächlich etwa *über* Philosophie, oder gar nur über das Werk einzelner Philosophen und Philosophinnen lernen, aber kaum argumentativ sauber ein konkretes Problem lösen. Eine psychotherapeutische Ausbildung dagegen inkludiert von Anfang an beides: Anwesenheitspflicht in Gruppensettings, Selbsterfahrung, Supervision, Pflichtpraktika in

---

4 Alfred Pfabigan: <http://alfredpfabigan-philosophischepraxis.at/> (21.8.2019)

5 <https://www.bv-pp.eu/bildungsgang>

6 <https://www.bv-pp.eu/bildungsgang>

ausgewiesenen Institutionen, Methoden- und Theorieschulung.

## Ein Dialog?

Das Verhältnis von Psychotherapie, Coaching und Philosophischer Praxis ist letztendlich schwer zu benennen, da es für keine der beiden Disziplinen einen repräsentativen Querschnitt gibt und sehr viele etablierte Praktiker mehrfach qualifiziert sind<sup>7</sup>. Zudem gibt es in der Philosophischen Praxis bisher wenig Material oder Richtlinien zu konkrete Methoden, was andererseits viel Freiheit und Lebendigkeit in der Praxis verspricht. Die verbindenden Elemente sind offenkundig: Sowohl Klienten als auch Gäste haben eine als problematisch empfundene Lebensrealität, eine konkrete subjektive Erfahrung von Leid und es ist das Anliegen von Beratern, Begleitern und Therapeuten, dieses Leid zu lindern und Menschen zu einem glücklichen Zustand zu begleiten. Das volle Potential dieser verschiedenen Zugänge entfaltet sich darüber, grundsätzliche Strukturen zu erkennen und zu hinterfragen und daraus integrierbare Lösungen zu kreieren.

Ein Versuch, das Verhältnis von Therapie, Philosophie und Coaching zu kartographieren könnte lauten, dass sie nicht gleich, aber Momente einer dialektischen Beziehung sind. Schon C.G. Jung schrieb 1943, „[er] könne kaum verschleiern, daß [...] Psychotherapeuten eigentlich Philosophen oder philosophische Ärzte sein sollten oder vielmehr, daß [...] es schon sind, ohne es wahrhaben zu wollen[...]“<sup>8</sup> Es kann also nicht um Abgrenzung gehen, sondern um ein sich gegenseitig anerkennen und voneinander lernen, denn die Explikation einer dialektischen Beziehung heißt, dass die Beteiligten ihre Differenz, den eigenen Standpunkt behalten. Differenz fungiert damit eher als Möglichkeitsbedingung von Identität. Psychotherapie und Philosophische Praxis sind zwei Weisen des Umgangs mit einem Phänomen: dem Menschen in der Welt. Während es in der Psychotherapie jedoch mehr um das Ausbalancieren eines inneren Systems eines Individuums geht, geht es in der Philosophie dem Anspruch nach immer schon um die Relation zum Ganzen.

Der differenzierte Umgang mit der Frage „Was ist der Mensch“ und die Beleuchtung all ihrer Facetten ist jedoch nicht nur im Bezug auf Begleitungs- und Beratungssettings interessant. Psychotherapie und Philosophie haben eine lange Tradition die Bedeutungen und Implikationen der Begriffe Identität, Subjekt, Person und Persönlichkeit auszuloten und in der Praxis anzuwenden. Die aktuellen Entwicklungen in der KI verlangen dringend professionelle Reflexionen zu philosophisch und psychologisch anthropologischen Fragen, die allein mit

---

<sup>7</sup> z.B. Michael Niehaus, Dr. Eckart Ruschmann, ec.

<sup>8</sup> C.G. Jung: Probleme der Psychotherapie S. 74

Neuroscience sicher nicht zu lösen sind. Ein offener Dialog kann daher nur wechselseitig stärkend und befruchtend sein und wäre zudem ein wichtiger Beitrag zum öffentlichen gesellschaftspolitischen Diskurs – den Sokrates sicherlich mit Leidenschaft geführt hätte.

#### Literatur:

- BV-PP: <https://www.bv-pp.eu/bildungsgang> (27.08.2019)
- Daniel Brandt: Philosophische Praxis. Ihr Begriff und ihre Stellung zu den Psychotherapien. Freiburg im Breisgau (2010) Karl Alber Verlag
- Kurt Buchinger: Dimensionen der Ethik in der Beratung. In: Beratung und Ethik. Praxis, Modelle, Dimensionen hrsg. Von Peter Heintel, Larissa Krainer, Martina Ukowitz. Berlin (2006) Ulrich Leutner Verlag. S. 24-52
- Ferdinand Buer: Moralisch wirtschaften – kann das gut gehen? In: Philosophie, Ethik und Ideologie in Coaching und Supervision hrsg. Von Christop Schmidt-Lellek und Astrid Schreyögg. Heidelberg (2011) VS Verlag. S.137-148
- Eva Maria Eder-Seela: Philosophische Praxis im Spannungsfeld ökonomischer Verführungen. Wien (2017) Dissertation
- C.G. Jung: Probleme der Psychotherapie. Zürich (Ex Libris) 1972
- Michael Niehaus: [www.philosophischepraxis.de](http://www.philosophischepraxis.de) (27.08.2019)
- Dr. Eckart Ruschmann: <http://www.bodensee-kolleg.at/dr-eckart-ruschmann.html> (27.08.2019)
- Harlich H. Stavemann: Sokratische Gesprächsführung in der Therapie und Beratung. Berlin (2002) Beltz Verlag
- Thomas Stölzel: 29 Vorannahmen zur Philosophischen Praxis. In: Philosophische Lehrjahre. Beiträge zum kritischen Selbstverständnis Philosophischer Praxis hrsg. Von Thomas Gutknecht, Thomas Polednitschek, Thomas Stölzel. Berlin (2009) LIT Verlag. S.85-112
- Alfred Pfabigan: <http://alfredpfabigan-philosophischepraxis.at/> (21.8.2019)
- Christiane Pohl: <https://www.zeit.de/2019/24/lebenshilfe-philosophie-beratung-therapie-alltagsprobleme> (21.8.2019)
- Leo Zehender: Philosophie als Beruf – oder Philosoph(in)sein aus Berufung? Zum Berufsfeld der Philosophischen Praxis. Wien (2014) facultas Verlag